SESIÓN DE APRENDIZAJE Nº 8

I. Datos informativos:

Fecha: Para el 18/02/2011
Tema: **LA RESILIENCIA**

II. Aprendizaje esperado: saber desarrollar la resiliencia cristiana

SABER	SENTIR	HACER
Saber desarrollar la capacidad de resiliencia cristiana	Sentir que hay poder divino al practicar la resiliencia cristiana	Vivir en forma práctica la resiliencia cristiana

III. Desarrollo de las actividades

Secuencia metodológica	Estrategias Metodológicas	Tiempo
INICIO • Motivación • Saberes Previos • Conflicto Cognitivo PROCESO • Construcción del nuevo aprendizaje.	• Piensa en la circunstancia más desafiante de tu vida. Al mirar esa experiencia, coméntanos ¿qué bendiciones inesperadas surgieron de ella que tal vez no pudiste ver durante la prueba? • ¿Qué entiendes por resiliencia? • En psicología, el término **resiliencia** se refiere a la capacidad del hombre para sobreponerse a períodos de dolor emocional y traumas. • E. Chávez y E. Yturralde (2006) dice: La resiliencia es la capacidad que posee un individuo frente a las adversidades, para mantenerse en pie de lucha, con dosis de perseverancia, tenacidad, actitud positiva y acciones, que permiten avanzar en contra de la corriente y superarlas. • En la Biblia, tenemos numerosos ejemplos de resiliencia, de cómo hombres y mujeres eran fortalecidos para enfrentar las más grandes crisis. El ser cristianos no nos hace inmune a los problemas y las crisis, pero si nos ayuda a enfrentarlos. • Dios nos aconseja: "Por tanto, tomad toda la armadura de Dios, para que podáis **resistir** en el día malo y, habiendo acabado todo, estar firme" Efesios 6:13. • En el contexto del mayordomo infiel de Lucas 16:1-16, ser resiliente ¿Es buscar soluciones a los problemas no importando los medios o formas? • Se declara el tema • Se comunica el aprendizaje esperado I. DESARROLLO DE LA RESILIENCIA a. Al practicar la paciencia • ¿Por qué la vida de Job es un ejemplo para ser imitado? "Yo sé que mi redentor vive, y que al final triunfará sobre la muerte" Job 19:25	5´

La historia de Job ofrece un ejemplo supremo de resiliencia. Temprano en su vida, Job había comprendido que Dios es misericordioso y justo. No entendía la razón de su sufrimiento; no encontró apoyo en su esposa; su propiedad y sus hijos fueron destruidos; y, además, contrajo una enfermedad terrible. No obstante, nunca perdió su fe en Dios y soportó hasta que terminó la tragedia.

Esta experiencia nos muestra que por mucho que se prolongaran el sufrimiento y las desgracias de Job, él tenía plena confianza de que finalmente Dios lo vindicaría.

b. Al ser firme en los principios

- ¿De qué modo la historia de José ilustra la resiliencia bajo las pruebas?
- "Y por más que ella lo acosaba día tras día para que se acostara con ella y le hiciera compañía, José se mantuvo firme en su rechazo" Gén 39:10

Frente a todas las circunstancias adversas que sufrió José se mantuvo firme en los principios de Dios. Al final surgieron cosas buenas de esos eventos. Después de que sus hermanos lo vendieron, José se entregó y tuvo una relación más estrecha con Dios. "Se le había hablado de las promesas que el Señor le hizo a Jacob, y de cómo se habían cumplido; de cómo, en la hora de necesidad, los ángeles habían venido a instruirlo, confortarlo y protegerle. Y había comprendido el amor manifestado por Dios al proveer un Redentor para los hombres. Ahora, todas esas lecciones preciosas se presentaron vivamente ante él. José creyó que el Dios de sus padres sería su Dios. Entonces, allí mismo, se entregó por completo al Señor" (PP 215).

Cuando fue arrojado injustamente a la cárcel, se abrió el sendero a la corte de Faraón para salvar a muchas almas y a su propio pueblo.

c. Al mantener el equilibrio

- ¿Cómo mostró Noemí resiliencia cuando sus nueras quisieron seguirle?

"Entonces Noemí les dijo a sus dos nueras: ¡Miren, vuelva cada una a la casa de su madre!.." Rut 1:8

Las costumbres sociales obligaban a las dos jóvenes a quedarse con Noemí y a hacer lo que ella les mandara, pero Noemí pensó en la pena de sus dos nueras, que estaban en la misma situación de ella.

25´

Este pasaje deja traslucir la bondad de Noemí, ella les habló de su juventud y que rehagan su vida "Que el Señor les conceda hallar seguridad en un nuevo hogar" Rut 1:9. Sus primeros pensamientos iban dirigidos hacia otros. Aunque Noemí sentía profundamente su propia pérdida, esa vivencia no había malogrado su filosofía de la vida. Su escala de valores era aún equilibrada. En su vida se reflejaba la semejanza de Cristo, quien vivió su propia vida "por ellos" (Juan 17:19). Buscar el bienestar de otros es "la ley de la vida para la tierra y el cielo" (DTG 11). No hay mayor poder que la influencia ejercida por una vida abnegada. "Un cristiano bondadoso y cortés es el argumento más poderoso que se pueda presentar en favor del cristianismo" (OE 128).

Noemí fue una mujer notable, que inspiró la devoción de sus nueras, especialmente de Rut, que aceptó al Dios de Israel y tomó la decisión de cuidar de su suegra en una tierra históricamente enemiga.

II. PODER PARA LA RESILIENCIA

a. A través de Jesús

- ¿Qué poder nos dice Pablo que hay para los resilientes?

"Todo lo puedo en Cristo que me fortalece" Filip 4:13

En una opinión personal, la resiliencia en el lenguaje bíblico podríamos decir que es similar a la "fortaleza"

Pablo reconocía a Cristo como la fuente de todo su poder, por lo tanto no hay aquí vestigio alguno de jactancia. Todo lo que necesitaba hacerse podía ser hecho mediante la fuerza dada por Cristo. El Señor se hace responsable del éxito de la obra que el cristiano haya emprendido (PVGM 268, 297; 3JT 203).

En Cristo hay fortaleza para cumplir el deber, poder para resistir la tentación, fortaleza para soportar la aflicción, paciencia para sufrir sin quejarse. En él hay gracia para el crecimiento diario, valor para librar muchas batallas, energía para rendir un servicio consagrado.

III. PRACTICAR LA RESILIENCIA

a. Buscando soluciones y accionarlas

Sistematización	• ¿Cuáles fueron acciones que hizo Esther frente a las luchas y presiones? "…Yo, por mi parte, ayunaré…. Cuando cumpla con esto, me presentaré ante el rey, por más que vaya en contra de la ley. ¡Y si perezco, que perezca!" Est 4:16 Ester creció huérfana. Aunque fue adoptada por su primo mayor, Mardoqueo, el estigma de una niñez sin sus padres fue, sin duda, muy difícil. A pesar de esto, Ester creció como una joven equilibrada, decidida y capaz. Su vida en la corte no fue fácil, Las asechanzas de Amán hicieron que su vida tuviese muchos momentos amargos y aún su vida estuvo en peligro. En un momento histórico para su pueblo, su tío Mardoqueo lo presionó para actuar frente al edicto de muerte dada por el rey (Ester 3:13), “Si ahora te quedas absolutamente callada, de otra parte vendrán el alivio y la liberación para los judíos, pero tú y la familia de tu padre perecerán…” Est 4:14 Ester consciente del, peligro decidió actuar buscando soluciones, pidió al pueblo que orara por ella; que ayunase. Luego decidió presentarse ante el rey e interceder por él. Finalmente el pueblo fue liberado y Esther pudo salir victoriosa. • Se construye el mapa mental con los alumnos (En un papel, cartulina, pizarrín, etc.) **LA RESILIENCIA** Se… **Desarrolla** Al… **Practicar la paciencia** Al ser… **Firme en los principios** Al… **Mantener el equilibrio** Es… **Poder** En… **Jesús** Es… **Practicarla** Buscando… **Soluciones y accionarlas** **En conclusión…** • La resiliencia se desarrolla en la paciencia, los principios y el equilibrio de las acciones • Las dificultades son oportunidades para crecer en la gracia de Dios.	
SALIDA • Evaluación • Meta cognición • Extensión	• ¿Qué es la resiliencia? ¿Cómo se desarrolla la resiliencia? • ¿Qué hemos aprendido hoy? ¿Para qué nos servirá lo aprendido? • Piensa en tres problemas principales que afrontas en tu vida. Ahora piensa ¿Cómo puedes usar las circunstancias en las que te encuentras para desarrollar la resiliencia? Practícalo durante la semana	10´

Alfredo Padilla Chávez
Universidad Peruana Unión
LIMA - PERÚ
https://gramadal.wordpress.com
www.escuelasabaticavirtual.tk